

PROSLAVIMO VODENI PONEĐJELJAK
Odgojno-obrazovna skupina „Pčelice“ i „Iskrice“
Škola plivanja 4.-8.4.2022.

Plivanje utječe na pravilan rast i razvoj muskulo-skeletnog sustava, koordinaciju pokreta, pridonosi jačanju imuniteta, povećava kapacitet pluća, prevenira pretilost. Na plivanju se brže usvajaju higijenske navike: tuširanje prije i poslije bazena, brine se o čistoći vode. Uz plivanje se vježba i samostalnost: oblačenje i svlačenje, sušenje kose, briga o mokrim stvarima. Voda djeluje senzorno-stimulirajući mnoga osjetila: opušta, umiruje. Plivanje je izvor zadovoljstva zbog savladavanja novih vještina, ali i hrabrosti i upornosti prilikom suočavanja sa strahovima i frustracijama od vode i dubina.

